



LENTEN CHARITABLE SCHOOL AWARD

♥♥♥♥ 四旬愛心學校獎勵計劃 ♥♥♥♥

2019 年四旬期主題「不要讓人小看你年輕」(Do not let people disregard you because you are young)」，所有參賽作品需以此為題材。參加獎勵計劃的學校可選擇 (a) 參加由天主教四旬期運動籌備委員會(以下簡稱為「大會」)主辦的一項或多項活動；(b) 和自行舉辦一項或多項「四旬愛心行動」。每名學生可參加一項或多項活動，但每項活動只可遞交一份作品。(敬請注意各項活動之組別)

由天主教四旬期運動主辦

(1) ♥ 四旬愛心<親子填色比賽> [分別設有幼稚園組 及 初小組(小一至小三)]

參加者需由大會提供的圖畫上填上顏色，顏料不限。

*評審標準：色彩配搭。(避免用金粉或帶有金粉顏料及立體裝飾)

註：圖畫請於四旬期網站下載，並以 A4 紙列印

(2) ♥ 四旬愛心四格漫畫繪畫比賽 高小組(小四至小六)

參加者可採用四格漫畫繪畫方式，塗在畫紙上，而畫紙面積不可超過 A3 (29.7CM X 42 CM)。

內容：必須表達「天主教四旬期運動」基本意義及精神 — **愛心 服務 樂捐 扶貧**

克己 關懷弱小。

*評審標準：配合基本意義及精神、色彩配搭、視覺效果。

(避免用金粉或帶有金粉顏料及立體裝飾。必須在參賽作品背面清楚列明學校名稱、學生姓名、班別及參加組別)

(3) ♥ 四旬愛心攝影比賽 [分別設有初中組(中一至中三) 及 高中組(中四至中六)]

a. 內容／評審標準：切合本年度四旬期主題「不要讓人小看你年輕」，並表達「天主教四旬期運動」基本意義及精神 — **愛心 服務 樂捐 扶貧 克己 關懷弱小。**

b. 作品需附上介紹，字數不多於 20 字。

c. 每校可最多提交 10 份作品，每份作品應為上限 2MB 的 jpg 檔案，檔案名稱須包括學校名稱及編號、參賽者年級及姓名(e.g. 天主教學校 1 號作品_4D 陳大文.jpg)

d. 每校提交作品的電郵請包括每份已編號作品的介紹

e. 收集作品電郵: lenten.campaign@gmail.com。

(4) ♥ 四旬心聲網誌創作比賽 [初中組(中一至中三)]

a. 內容／評審標準：切合本年度四旬期主題「不要讓人小看你年輕」

b. 作品字數：必須在 20 字至 40 字。

c. 作品可以中文打字列印或書寫，交到所屬總鐸區之明愛聯絡代表或以電郵遞交：lenten@catholic.org.hk。(詳見第 3 頁)

- (5) **♥四旬愛心短文創作比賽**〔高中組(中四至中六)〕
- 內容／評審標準：切合本年度四旬期主題「不要讓人小看你年輕」
 - 作品字數：必須在 100 字至 120 字。作品須以中文打字列印交到所屬總鐸區之明愛聯絡代表或以電郵遞交：lenten@catholic.org.hk。
(作品背面/電郵內需清楚列明學校名稱、學生姓名、班別及參加組別)
- (6) 除以上 5 項大會舉辦的活動外，參加學校可舉辦任何形式的**♥四旬愛心行動**，務使更多人認識四旬期的意義和感受義工透過服務為他們帶來的關懷。(可參考附件 2)

參加辦法：

- 請先填妥學校參加表格(附件 1)，連同參賽作品，送交所屬總鐸區之明愛地區事務協調辦事處，封面請註明「四旬愛心學校獎勵計劃」收；
- 「四旬愛心填色比賽」及「四旬愛心繪畫比賽」之作品以傳真或電郵送交**恕不接受**。

計分辦法：

- 凡參加大會主辦的各項活動，大會評選團將在各組別中，分別選出冠軍、亞軍、季軍及優異獎；
- 凡遞交一份作品可獲取 1 分。得獎作品，可額外獲取 5 分獎勵分數。
(作品無需全部遞交予評審，**每項比賽只需送上最佳 10 份**評分之作品)。
- 除參加大會主辦的各項活動外，學校自行設計及舉辦一項「**♥四旬愛心行動**」亦可獲取 50 分。

獎勵：

- 參加獎勵計劃的學校可獲嘉許獎狀乙張：
1 至 200 分獲得“望德獎狀”乙張；
201 至 400 分獲得“信德獎狀”乙張；
401 分或以上獲得“愛心獎狀”乙張。
- 大會主辦活動之各組別獎項得主，可獲嘉許獎狀乙張及獎杯一座；
- 獲發“愛心獎狀”的學校名單，將於公教報及四旬期網頁刊登；
- 「四旬愛心填色比賽」、「四旬愛心四格漫畫比賽」、「四旬心聲網誌創作比賽」、「四旬愛心攝影比賽」及「四旬愛心短文創作比賽」之得獎作品，將於四旬期網頁刊登。

截止日期：2019 年 4 月 12 日

頒獎禮日期：2019 年 5 月 25 日(星期六下午舉行)

(獲獎學校將另函通知)

備註：

- 評選團的決定為最後結果，參加者不得異議；
- 大會有權使用獲選的優異作品作宣傳四旬期之用；
- 「填色比賽」、「繪畫比賽」只接受通過由學校遞交之參賽作品，個別遞交之作品將不會受理。
- 所有參賽作品將不獲發還參與者。

天主教四旬期運動 — 總鐸區明愛聯絡代表
(作品無需全部遞交，只需送上最佳 10 份到以下地點作評分)

總鐸區	明愛服務中心及地址 親身遞交地址/*郵寄地址	明愛聯絡人電話	傳真
香港島	香港仔：香港仔田灣街 20-22 號 堅尼地城：香港堅尼地城蒲飛路 27 號	2552 2646 楊潤強先生	2555 7953
主教座堂	堅道：香港堅道 2 號明愛服務中心	3589 2224 楊潤強先生	2537 1586
九龍東/九龍西南/ 九龍中	油麻地：九龍油麻地石壁道四號	2339 3722 趙德輝先生	2339 3721
	牛頭角：九龍牛頭角安德道一號		
	九龍太子：九龍界限街一三四號		
新界東北	*沙田：新界沙田文禮路 18-24 號	2691 7171 甄笑梅女士	2606 4016
長洲	長洲：長洲龍仔村		2981 5253
大嶼山	荃灣：新界荃灣城門道 9 號地下	3707 2097 林啟仁先生	2415 8593
新界西北 / 新界西南			

* 如對「四旬期運動」有其他查詢，請電郵至：lenten@catholic.org.hk 或致電 2691 7171



♥ 四旬心聲網誌創作比賽 ♥

- 撰文題目： 「不要讓人小看你年輕」
內容/評審標準： 切合本年度四旬期主題
「不要讓人小看你年輕」(Do not let people disregard you because you are young)」
字數： 必須在 20 至 40 字內(包括標點符號)
組別： 初中組 (中一至中三)

作品須以中文打字列印或書寫在以下之表格上

♥ ♥ 四旬心聲網誌創作表格 ♥ ♥

學校名稱： _____ 所屬組別： _____ 就讀班級： _____

學校負責老師： _____ (個別遞交表格者則不需填寫)

學生姓名： _____

聯絡電話 / 電郵： _____

參賽作品可寄回所屬總鐸區之明愛聯絡代表(詳見第 3 頁)或以電郵遞交。

截止日期：2019 年 4 月 12 日

學校可從網頁：lenten.catholic.org.hk 下載此表格，並回覆至：lenten@catholic.org.hk

註：如透過學校遞交表格，參加者所就讀之學校將於「四旬愛心學校獎勵計劃」獲得「分數」。



♥♥♥♥ 四旬愛心行動 ♥♥♥♥

附件 2

以下建議只供各堂區、學校、團體參考，大家可彈性選擇於四旬期內舉辦。

如需協助，可聯絡 各總鐸區 明愛聯絡代表 或 駐校明愛社工協助：

1. 20 元領養「巴斯卦羊」大行動

- 1.1 每人領養巴斯卦羊一隻，把節約的款項儲起和捐助四旬期運動
- 1.2 老師引導青少年或家長陪伴兒童一起細看短片，有關「巴斯卦羊可以做什麼」，反思如何在日常生活中關懷弱小，短片網址 <https://youtu.be/y18a3Hda9-s>
- 1.3 老師或家長可支持 / 鼓勵 青少年及兒童 之 克己、節約、勇於悔改，樂於助人，愛心行為。(例如：一項活動捐助\$5，儲在巴斯卦羊和捐助四旬期運動)

2. 四旬關懷服務週 (於四旬期，全港天主教堂區、中、小學及幼稚園舉行)

- 2.1 長者：
 - 探訪獨居老人一次
 - 前往老人院協助清潔輪椅、及護老器材、園藝工作一次
 - 擔任老人中心 / 院舍廚藝、電腦、或手工藝“愛心小導師”一次
 - 2.2 患病人士：
 - 製作四旬期愛心咭後，自行送往各區公立醫院牧靈部、或明愛醫院
 - 2.3 更生人士：
 - 探訪 / 協助活動 / 製作四旬期愛心咭 (例如：監獄、男女童院、戒毒中心)
 - 2.4 智障 / 康復 / 弱能人士：
 - 探訪 / 協助活動：
(例如：傷殘人士、弱能/自閉/弱聽人士或幼兒、精神健康康復人士)
 - 2.5 貧困家庭 / 人士：
 - 探訪 / 協助活動 / 接觸 (例如：貧困家庭、新來港人士、少數族裔)
 - 2.6 關懷社區弱勢人士：
 - 邀請各區明愛服務單位分享 (例如服務精神、特色、效果、生活狀況...)
- * 見 www.caritas.org.hk / 聯絡總鐸區明愛聯絡代表 / 駐校明愛社工

3. 四旬健康大使

- 3.1 愛心午餐祈禱會
- 3.2 四旬期愛心步行籌款
- 3.3 四旬愛心行樓梯 (午間或周五放學後)
- 3.4 愛心素食午餐
- 3.5 多菜少肉餐 / 愛心蔬果餐
- 3.6 各項克己活動：無零食/汽水日、無升降機日、無電視/卡通片/漫畫書日、無手提電話/遊戲機/KARAOKE 日、無浪費日(例如：水、電、煤氣、紙張、食物...)

4. 四旬兒童苦路：邀請各堂區司鐸、牧職工作者、主日學導師協助

5. 四旬苦難奧蹟：欣賞電影 / 探訪 / 參與聖堂舉行之苦難禮儀，認識耶穌 (例如：耶穌傳、聖人 / 修會之信仰生活)